



[Home](#) [Il metodo](#) [Formazione e aggiornamento](#) [Sperimentazione](#) [TNP PsicheSoma](#) [Terapeuti TNP](#) [Pubblicazioni](#) [Contatti](#) [Video FAQ](#)



Il metodo che permette la ripolarizzazione emozionale istantanea di traumi anche molto antichi e profondi, con cambiamento del biochimismo cerebrale rilevabile al [Bio-Explorer](#).



La Terapia dei Nuclei Profondi, o TNP, nasce da una semplice constatazione: i disturbi psicologici mostrano carattere paradossale. Infatti, quando ne soffriamo ci troviamo a *fare liberamente* – cioè senza che nessuno ci costringa – *qualcosa che non vogliamo fare* proprio perché ci provoca malessere, il che costituisce chiaramente una situazione paradossale.

Può trattarsi di particolari comportamenti, come ad esempio reagire in modo inadeguato a certe persone o evitare situazioni sociali ansiogene, di un modo di pensare o di sentire, come nel caso di chi si sente depresso pensando di essere una nullità, del trascinarci in una relazione che provoca sofferenza.

In tutti questi casi è come se qualcosa in noi prendesse il sopravvento, imponendo la sua bizzarra quanto incomprensibile volontà sulla nostra e assumendo – per certi versi e in quel particolare ambito della nostra vita – la regia del nostro comportamento.

Ben lungi dal costituire una situazione insolita o ai margini della normalità, ciò caratterizza come una nota di fondo la natura umana. Particolari modi di dire ce lo segnalano, come nel caso di «c'è una parte di me che mi spinge a ... mentre un'altra vorrebbe che ...», «in quel momento era come se non fossi più me stesso», «è stato come se fossi un'altra persona», «qualcosa dentro di me ha preso il sopravvento» e chi più ne ha più ne metta.

Questa situazione si produce soprattutto con l'emergere di intense quanto spiacevoli emozioni, di cui il caso forse più evidente è la rabbia esplosiva, anche se ci sono altri stati d'animo, come la disperazione, il senso di solitudine, la tristezza, il senso di vuoto, che mostrano questo potere. Si tratta comunque di stati d'animo originatisi nella nostra infanzia, quando eravamo preda di vere e proprie *tempeste emozionali*.

Le travolgenti passioni che abbiamo provato, ancora bambini, spesso attraversano l'oceano del tempo per animare i nostri incubi e i nostri sogni. Le emozioni sono *forme di energia psichica* e sappiamo bene che l'energia non si crea né si distrugge. Una volta divenuti adulti cerchiamo di controllarle facendo leva sulla nostra razionalità, come nel caso del cavaliere che conduce il suo cavallo là dove *lui* vuole andare. Ma per «lui» chi si deve intendere, il cavallo o il cavaliere?

Si tratta, in realtà, di vere e proprie *parti*, si tratta dei Nuclei Profondi, in grado di stabilire una vera e propria *tirannia delle emozioni*. A volte queste parti posseggono una tale carica energetica da assumere il controllo del nostro comportamento anche sul piano somatico, alterando alcune funzioni corporee.

Se le emozioni quali energia della psiche non si possono distruggere, si possono però *trasformare*. Si tratta dell'obiettivo della Terapia dei Nuclei Profondi: liberare l'energia racchiusa nell'antica sofferenza per trasformarla in risorse attuali, a nostra disposizione come adulti, al fine di realizzare uno stato di profondo benessere psicofisico e raggiungere ciò che per noi è importante.